Pilar Montero Curiel.

"Cogí un garrote para usar de un remedio que había oído decir a un viejo; que, la experiencia los ha señalado, saben más que los mozos".

V. ESPINEL, *Vida del escudero Marcos de Obregón*.

En las páginas que siguen, se intentará llevar a cabo una presentación de la medicina popular en Madroñera, pueblo situado en la provincia de Cáceres, a catorce kilómetros de Trujillo y a sesenta kilómetros de Cáceres capital.

La explicación de estos remedios caseros y populares se realiza a través de la disposición de los mismos en tres grandes bloques: por un lado, se exponen los remedios que tienen como base una planta o una hierba a las que el saber Popular atribuye propiedades terapéuticas; por otro, los remedios que tienen una base mágica o simbólica, muy cercanos al campo de la superstición y los conjuros. Finalmente, cabe situar en un lugar aparte una serie de prácticas masajísticas empleadas para curar problemas musculares en general.

No obstante, hay que señalar que esta división en bloques es una mera convención metodológica, Puesto que es muy fácil encontrar remedios caseros en los que se unen elementos naturales y mágicos, en una proporción semejante. Así pues, lo complicado -por no decir imposible- es deslindar estos campos para establecer una separación racional[1].

Al ser éste un trabajo de campo realizado con encuesta, ha sido preciso mantener conversaciones reiteradas con varios informantes del pueblo, cuyas edades se hallan comprendidas entre los setenta y dos, y los noventa y cuatro años[2]. A ellos se deben los mejores materiales obtenidos para elaborar esta muestra de medicina popular, en el transcurso de las vacaciones de navidad de 1986.

Uno de los informantes preguntaba: *"¿Entonceh vah a hacel un trabaju del curaero que no venden en la botica?"*[3]. Surgió así la primera definición utilizada como punto de partida en las conversaciones, a través de la cual se puede ver cómo entiende el pueblo el significado

básico de estos remedios caseros. Son, ante todo, métodos de curación o prácticas curativas que pueden prepararse en casa, con productos de la tierra, o con sencillas ceremonias basadas en misteriosas creencias, entre las cuales se conservan testimonios de clara antigüedad. Porque lo cierto es que, en nuestros pueblos, ante cualquier mal físico aparece enseguida el remedio casero.

I. APROXIMACIÓN AL CONCEPTO DE "MEDICINA POPULAR".

Una serie de definiciones muy simples, extraídas de varias fuentes, puede servir para entender qué es la medicina popular y en qué consisten esas prácticas curativas que se conocen con el nombre de "remedios caseros".

- En el Tomo XIV del Diccionario Enciclopédico Salvat Universal se define el sintagma "medicina popular" como *"conjunto de concepciones y creencias populares, sin base científica crítica, relativas a la enfermedad y su tratamiento"*[4].
- De la misma forma, en el Tomo V del Diccionario Enciclopédico Informator-9 se habla de las prácticas supersticiosas y de la magia como *"los misteriosos auxiliares de la medicina"*[5].
- Por su parte, Jesús Taboada, en un artículo sobre la medicina popular en el noroeste de la Península Ibérica, habla del carácter tradicional de los remedios populares y su aplicación, *"ya en forma de recetas baratas y caseras (…), ya de ensalmos y conjuros de sentido mágico y esotérico, ya de oraciones de tipo religioso"*[6].
- En un artículo más reciente, José Pérez Vidal se refiere a la medicina popular como *"raíz y principio, en no escasa medida, del arte académico del curar"*[7].

Estas definiciones van orientadas en una misma dirección, en la medida en que todas ellas tratan de presentar a la medicina popular como una medicina creencial en la que perduran viejos ritos. Los remedios caseros y las prácticas mágicas perviven todavía en nuestros pueblos con plena vigencia entre las personas de edad avanzada, y en algunos casos se constatan testimonios muy antiguos, lo cual nos lleva a pensar en una característica de estos remedios: su transmisión oral[8].

Hay un factor que confirma el triunfo de la medicina popular es la fe que el pueblo tiene en los remedios caseros, cuyos depositarios son ya los ancianos y, por tanto, los hombres

“experimentados”, los “sabios”. Incluso, en el caso de los remedios elaborados con hierbas, a la fe popular se une la confianza de que no dañan, por ser productos naturales[9]. La misma fe nos explica el éxito de los remedios de carácter mágico o mítico, así como el arraigo que la superstición alcanza en las sociedades agrícolas y rurales, puesto que todas estas prácticas parecen gozar de una “gracia divina”.

Así pues, se están manejando dos valores primordiales: la confianza del pueblo en la eficacia de esta medicina y el carácter oral de su transmisión a lo largo de los siglos. La idea de la transmisión oral -como ya se ha apuntado- es importantísima a la hora de buscar las raíces de estas creencias y el origen de, las prácticas curativas populares. Un rico testimonio de Marcelino Barrado puede servir para ilustrar esta circunstancia: el tío Marcelino, hablando de la antigüedad de su estirpe, pretendía demostrar de qué forma habían llegado a él los remedios caseros que practica en la actualidad, y cómo, en ocasiones, no existen remedios caseros ni facultativos Para vencer el dolor y las muertes:

> *“Mi agüelo me hablaba de abaté de cuando se fundó ehte pueblo; me hablaba del bisagüelo de su tataragüelo, de toh esoh de allá ¡Claro!, y no me ehtraña, porque yo tengo tataranietoh ya bien mayorcitoh… Y hablaba pol lah conversacioneh de aquélloh, porque, claro, él no noía conocerlo. Y resulta de que por aquí pasaron de ahí de la feria de San Juan de Garciaz loh de Serradilla, que atrocharon por aquí pa il dende Trujillo p´allá. Y ehto entoceh ehtaba abandonao, y había mucha flol de cepa, de marrolla, y toa clase de yerbah y plantah. Y dijo mi antepasao: “Chacho, ¿qué sitio tan bueno pa ponel cormenah?” y se puson allí. Y aluego tuvon que pedil permiso a García de Paredeh, éhte de Trujillo, que dicen que era el que corría con todo ehto. Y dicen que era mu travieso mi antepasao, y que hubo un reptil pa esa parte del berrocal, que solía salil a loh cabritoh y rebañoh, loh cogía y loh ataba al anillo, y loh ehtrangulaba y se loh comía. Y él, si eh verdá, era bien bruto; pol lo vihto, tenía un uinto de material de bahtante anchura, y lo ehtalló, porque se ceñía mucho. Y él pensó que el animal iba a hacel lo mihmo, se lo dejó lial y lo que hizo fue matarle el animal a él, no en el inte, pero sí que le quedó nerjudieao. Tuvo que tenel un resorgaero mu malo…”*

Un testimonio como éste puede aclarar muchas incógnitas sobre la idea de la transmisión oral, idea que el informante recalca con insistencia, desde el momento en que su abuelo *"hablaba ya pol lah conversacioneh de aquélloh"*. Quiere decir non esto que la noticia acerca de la existencia de aquel antepasado le ha llegado a través de su abuelo; pero el abuelo la conocía por una transmisión oral anterior, que se remonta a varias generaciones. Y así, Marcelino Barrado, para reforzar este argumento se apoya en varias muletillas: *"y él, si era verdá..."*; *"dicen que era mu travieso..."*; *"pol lo vihto..."*, y otras expresiones semejantes. Se enlaza así con la teoría expuesta por Menéndez Pidal acerca de *"la enorme coacción que sobre el individuo ejercen las ideas y sentimientos de sus coetáneos y más aún de sus antepasados"*[10].

II. CLASIFICACIÓN DE LOS REMEDIOS CASEROS SEGÚN SU BASE.

No es tarea fácil la de separar los remedios para agrupar los en bloques, porque en todos ellos existen elementos en común que se repiten bajo muy distinta forma. Sin embargo, se puede realizar una división muy sencilla, teniendo en cuenta pequeños rasgos diferenciadores cuya presencia se constata a través de una simple revisión de los remedios caseros. A estos pequeños rasgos diferenciadores se ha decidido llamarlos "base" en el sentido de que constituyen el elemento más característico de cada remedio o, en otras palabras, su elemento "básico".

Con esta aclaración, conviene recordar los tres tipos de prácticas curativas apuntados al principio de este trabajo: por un lado, aquéllas cuya base tiene un carácter natural, es decir, una hierba con propiedades terapéuticas, una planta medicinal, una flor o determinados frutos. Otros remedios se asientan sobre la superficie de una base mítica o simbólica: números mágicos, agua de tormenta, ciclos de las estaciones, fases lunares, animales míticos y otros elementos muy cercanos al campo de los conjuros y las creencias supersticiosas. En un lugar aparte se situaba una serie de prácticas muy típicas en nuestros pueblos, a base de masajes y de preparados con productos naturales, que se aplican sobre torceduras y contusiones musculares. Son "habilidades" de personas privilegiadas por haber nacido con ese don.

Casi todos los remedios caseros tienen un carácter remoto: se conocen y se practican desde tiempos inmemoriales, según el testimonio del informante José Barquilla, que aclaraba esta

circunstancia en los siguientes términos:

> *"La fuerza de lah cosah son toah antiguah: no creah que ehtoh remedioh son modernoh; hay remedioh dende Salomón, dende Avicena y dende toh loh sabioh primitivuh que hubu, y de ahí viene caveh máh, ca veh máh, ehtudiando lah plantah y hadiendo ehnrimentoh y cosah hahta llegal a nuehtroh días"*[11].

Lo interesante es saber cómo alcanzaron nuestros informantes el conocimiento y la práctica de esta medicina popular, y, en este sentido, aparte de la idea, de la transmisión oral ya señalada, hay que tener presente la importancia que tiene para el desarrollo de estos remedios el ambiente rural y campesino en el que surgen, sobre todo, cuando la base del remedio viene dada por una hierba. Por su parte, los remedios de carácter mágico, constituyen el exponente de un saber ancestral que nos lleva a pensar en ciertos elementos antropológicos y sociales, como la adaptación del hombre al medio ambiente natural, o su dominio de las fuerzas de la naturaleza.

Por lo que se refiere a la curación de torceduras y problemas musculares, el pueblo habla de una "gracia", de una "virtud" y que, normalmente, suele aflorar por la necesidad de curar anima les en un momento de urgencia. Una vez experimentado el éxito en los animales, se aplica la misma técnica masajística, a las personas, y lo que apareció en su momento como necesidad inmediata, se convierte -para la creencia popular- en un don del cielo propio y exclusivo de personas "privilegiadas". Igualando ambas situaciones, se asiste al paso de la veterinaria popular a la medicina popular.

III. REMEDIOS CASEROS CON HIERBAS y PRODUCTOS NATURALES.

1. Para las enfermedades del aparato digestivo.

Los hombres del pueblo no hablan de "males del aparato digestivo": los designan con otros nombres diferentes. Además, saben que no todos los padecimientos son iguales: cada enfermedad tiene sus propios síntomas, por lo cual necesita un remedio específico.

Cuando una persona se deshidrata, porque su cuerno pierde líquidos, se dice que padece “ehtancamiento”, y que el organismo humano se queda “ehtancado”. Hay un remedio natural muy eficaz, a base de jugo de limón, naranja, romero e hinojo.

Estas pérdidas de líquidos tienen su origen en varios males, entre los cuales se encuentra la diarrea, que se llama “diarrera” o “vientre suelto” en Madroñera. Según la información ofrecida por José Barquilla, no es lo mismo la diarrea que la colitis, porque la colitis es un padecimiento crónico. Él las distingue en los siguientes términos:

> *“La colite necesita que el enfermo se ehté medicinando de continu y a temporáh se contiene; y aluegu, cuando menoh mirah, eh mu corsaria a reproducilse, que no se quita del to. Algunah cosillah de ehtah velequí* -se refiere a las hierbas medicinales- *son mu buenah pa eso, porque la con tienen, y si se vía de hacel cinco evacuacioneh, no se hace máh que doh o tres. En cambio, la dia rrera eh que te hace daño la comía o la cena y ehtás doh o treh díah en el retrete. Se pasa poniéndose a dieta”*.

Esta diferencia que se observa en los síntomas de los dos padecimientos y en su curación se observa también en los términos utilizados para referirse a ellas: así, a la colitis se la nombra con expresiones como “dehcompohtura”, “cagancia”, “salir mucho fuera”, “cagar a virote”, “irse a hilo”, mientras que a la diarrea se la designa con otras expresiones que indican su carácter pasajero: “tener el vientre suelto”, “tener eso que anda” (en el caso de que la diarrea sea epidémica).

Los vómitos, que acompañan a estos males, se desarrollan en varias etapas:

- Tener pesadez de estómago o estómago “arrevuerto”.
- Tener “ansias”.
- Provocar los “gómitos”.
- Y, por último, “gomital” o “agomital”.

Estos trastornos intestinales, normalmente, producen mal aliento, que puede contrarrestarse

de varias formas:

- Mascando perejil.
- Chupando flor de romero.
- Tomando infusión de manzanilla serrana, infusión de flor amarilla o té gitano.
- Mordiendo cáscara de naranja.
- Chupando cualquier planta aromática.

Siempre que se sufre algún padecimiento de estómago o de cualquier otro punto del aparato digestivo, se recomienda comer y beber con moderación, hasta que la enfermedad esté controlada. Hay un alimento muy saludable que se conoce con el nombre de "ehtrumpío": *"se echan doh o treh cachinuh de pan fritu en aceiti -lo que llamamuh cohcurruh- en el caldu que anteh habíamuh hechu con ajo frito en aceiti, sal y agua"*. Antiguamente se cantaba una copla que reflejaba el uso de este alimento; así la recita José Barquilla:

> *"Lah acetunerah vienen,*
> *por el lugal van entrando,*
> *el caldo con el ehtrumpío*
> *ya le ehtarán preparando".*

El sentido de la copla es claro: en Madroñera -como en toda Extremadura- se recogen las aceitunas durante los meses de diciembre y enero; en esas fechas, el frío es intenso y se convierte en el peor enemigo de los aceituneros y las aceituneras. Por ello, no es extraño que se les ofrezca, después de una jornada dura de trabajo, un alimento reconfortable como el "ehtrumpio", para que *"entren en calor y se leh asiente el ehtómago"*.

Junto a estos remedios, los más utilizados son los preparados a base de hierbas. Se conocen varias hierbas con excelentes propiedades terapéuticas para combatir las enfermedades del aparato digestivo, entre las cuales se encuentran las siguientes[12]:

- *Trébol blanco o trébol romano:* ("menyantes trifoliata"). Según la información de José

Barquilla, es una de las múltiples variedades del trébol: *“ehti tieni una flol blanca; otroh la tienin arrosá o amarilla. Y eh mu buenu pa diarrerah y pal ehtómago. Se conoce ya dende loh romanos”*.
- *Flor de malva:* (“malva silvestris”).
- *Salvia:* (“salvia officinalis”): *“eh el té del campo que llamamos”*. Se utiliza para calmar los dolores del estómago y para regular el perfecto funcionamiento de los intestinos.
- *Manzanilla:* (“matricaria chamomilla”).
- *Orégano:* (“origanum vulgare”) “*se toma cocío”* y se encuentra entre las piedras y cerca de los muros.
- *Sumidades del tomillo:* (“thymus vulgaris”), de excelentes propiedades tónicas y digestivas.
- *Arándano:* (“naccinium myrtillus”).
- *Poleo:* (“mentha pulegium”), mezclado con trébol blanco y té del campo en infusión.
- *Olivarda:* su nombre científico no ha sido determinado en este trabajo; no obstante, el nombre vulgar se explica por una sencilla etimología popular: *“eh bahtante alta y tiene las hojas igual que loh olivos: por eso la llamamoh olivarda”*).

También se utilizan frutas, hortalizas y otros productos naturales para curar los problemas digestivos:

- *Manzana* rallada: muy buena para combatir la diarrea.
- *Membrillo:* en forma de jarabe. *“Ehte eh el nombre que viene en loh libroh, aunque aquí lo llamamoh y lo vemoh llamao siempre Zamboa”*, según la aclaración de José Barquilla.
- *Madroño:* fruto muy abundante en Madroñera[13].
- *Níspero*.
- *Zanahoria:* cocida con arroz, cogollos de zarza y una hierva: Regaliz (“glycyrrhiza glabra”).
- *Bellotas de roble* molidas.

2. Para las enfermedades del aparato respiratorio.

Pueden aplicarse las plantas en infusiones, inhalaciones o vapores. Hay varias plantas cuyo uso se recomienda para la curación de estas enfermedades:

- *Eucalipto:* (“eucaliptus”), llamado en Madroñera “ucalito” y “ocalito”. Se toma cocido en apua o en forma de vapores. Según explica José Barquilla, el eucalipto “se cuece y cuando ehtá coco se lo echa en una bacía o palancana, y se dan fumigacioneh arropaoh en una manta”.
- *Flor de saúco:* (“sumbucys nigra”). El informante José Barquilla dice “saúgu”[14].
- *Árnica* (“arnica montana”) y *Amapola* (“papaver rhoeas”), muy eficaces contra la tos.
- *Orégano:* (“origanum vulgare”), cuyos efectos se observan en la curación de la bronquitis.
- *Hiel de la tierra:* nombre vulgar de una planta llamada Centaurea Menor (“erythraea centaurium”)[15]. Es muy recomendable contra la fiebre; tiene un sabor amargo, por el cual se conoce esta planta con el nombre de hiel.

Para curar el catarro complicado con dolores se hace un remedio que consiste en mezclar y cocer un preparado a base de: tomillo sansero, higos pasados y vino de Jerez.

Cuando el catarro provoca afonía o ronquera se toma infusión de ajos y amapolas, e inhalaciones de eucalipto, pino y menta.

El hombre del campo utiliza todos los instrumentos que tiene a su alcance para aplicar los remedios caseros. Un testimonio del informante Marcelino Barrado lo refleja así:

> *“Entoceh se tomaban vapores. La gente hilaba mucho lino; lah ruecah tenían un rocaol que era de arriba mu ehtrecho, y mi padre era muy cahtigado pa las anginas; de ma que, como sabía el remedio, allí mihmo, en el campo, tenía un pucherinu, lo ponía en la lumbri, y cuando tenía mucho vapol lo ponía en lo ehtrecho del rocaol y tomaba vapores, pa ponel loh medioh antes de que le atacaran las anginas”*.

Una buena forma de prevenir la aparición de estas enfermedades es la costumbre popular de calentar las habitaciones con el típico brasero de picón, una vez que éste se ha encendido y ha pasado a ser ascua, como explica José Barquilla. También para evitar los problemas respiratorios durante el invierno, comenta la señora Catalina González, que es muy

recomendable inhalar el humo que desprenden las carboneras en el transcurso de la fabricación del carbón, poco antes de la llegada del mal tiempo.

Conviene siempre curar completamente los constipados, para no llegar al dicho popular que reza así: “Cohtipao mal curao, tísico declarao”.

3. Para las enfermedades cutáneas y externas.

3.1. Erupciones, granos y sarna

Se utilizan varias plantas en in fusión, todas ellas con propiedades depurativas, como las que se citan a continuación:

- *Lúpulo*: (“humulus lupulus”).
- *Lampazo o bardana:* (“arctium lappa”).
- *Matacaballos:* (“lobelia dortmana”).
- *Ruda:* (“ruta graveolens”).
- *Pensamientos:* (“viola arvensis”).
- *Hiel de la tierra:* (“centaurea menor”- “erythraea centau rium”), para las escoceduras de los niños causadas por la baba.

El informante José Barquilla conoce un buen remedio contra estas erupciones que consiste, según sus propias palabras, en “darse friegas con el agua de cebolla cocía”. Un efecto semejante producen las “hojas de olmo cocías”.

3.2. Hemorroides o almorranas

En Madroñera, popularmente se las llama “almorroides”. Se conocen varios remedios para combatirlas:

- Puede hacerse una mezcla de ajo cocido o crudo con vinagre y sal, para aplicarlo directamente sobre la superficie dañada.
- Raíz de Arzolla, planta de fruto oval y espinoso.
- También da resultados excelentes la hiel del cochino aplicada sobre las almorranas.

- Otro procedimiento consiste en aplicar baños de asiento de saúco, de cogollos de zarza y de álamo negro.
- Un remedio eficaz es el tocino “rancioso” de cerdo, cuyo empleo en la curación de las almorranas está registrado literariamente por Marciano Curiel Merchán en uno de sus Cuentos extremeños[16].

3.3. Quemaduras

Las quemaduras de la piel se tratan de varias maneras:

- Aplicando sobre la superficie afectada una mezcla a base de yema de huevo batida con aceite, y cubriendo la herida con un paño de hilo muy suave.
- Tapando la herida con masa de patata bien cocida.
- Haciendo una mezcla de sal con aceite y aplicándola sobre la quemadura.

3.4. Picaduras de insectos

- Ajo machado con aceite y sal, o con vinagre, que es más fuerte que el aceite.
- Barro hecho con vinagre en vez de agua, para las picaduras de avispas.
- Hay algunas hierbas insecticidas; así, para matar las pulgas el informante Marcelino Barrado recomienda matranzo y marrubio (“marrubium vulgare”). Se coloca el matranzo en una silla cercana a la cabecera de las camas, para evitar que se acerquen las pulgas. Otras hierbas como la torbisca y la ceborrancha (“sicilla maritima”) surten efectos semejantes.
- El jabón casero se recomienda para ahuyentar las moscas[17].
- Los clavos de condimentar determinados guisos sirven, pinchados en naranjas, para alejar moscas y mosquitos.

3.5. Los sabañones.

Esta enfermedad, tan íntimamente relacionada con el frío en el invierno, puede curarse con varios remedios:

- Ajo crudo o asado, aplicado directamente sobre las heridas que los sabañones causan

en las manos, los pies y las orejas.
- Baños de agua tibia con sal, moviendo los dedos para facilitar la circulación de la sangre.
- Una superstición muy extendida en el pueblo recomienda guardar un nabo en un bolsillo y llevarlo durante todo el invierno; a medida que el nabo se arruga, cuando se seca, desaparecen los sabañones. Esta creencia viene a ser un apoyo para el refrán que dice: *"¿Con qué se curan los sabañones? -Con agua de mayo"*. Ambos hechos demuestran que, en realidad, los sabañones se curan cuando termina el invierno.

3.6. Verrugas.

Es muy bueno utilizar el líquido que sale de los cogollos de higuera tronchados. José Barquilla lo explica con pocas palabras: *"Se troncha un tallo de higuera, y el líquido lechoso que suelta se unta en lah verrugas y se secan, porque esa ehpecie de leche eh mu fuerte y lah quema"*.

4. Para las enfermedades de los niños

4.1. Dentición

Para calmar las molestias propias de la dentición se aconseja que los niños chupen objetos fríos. También hay hierbas que se emplean en estos casos, como la raíz de Malvavisco ("althaea officinalis"), para calmar el ardor de las encías y la raíz de Malva ("malva silvestris"). Igualmente, es recomendable la corteza de pan para chupar.

4.2. Sarampión.

Se le llama en Madroñera "sarampique", con un claro matiz afectivo; para curarlo, conviene aplicar cualquier remedio que ayude a los niños a sudar. Dice José Barquillas *"eh mu buenu sual, poque se ehpursan loh maloh humoreh que se crían en loh organihmoh del cuerpo"*. Para que los niños suden hay que abrigarlos a ser posible con una manta roja, porque -según la más extendida creencia popular- el color rojo ayuda a que el sarampión brote más deprisa y dure menos tiempo la incubación.

A veces, el sarampión produce irritaciones en los ojos, que desaparecen de varias formas:

- Con infusión de manzanilla aplicada sobre los ojos con un algodón.
- Infusión de yaúco.
- Infusión de hojas de nogal.
- Agua de claveles.
- Con el jugo que sueltan las hojas de la vid cuando se podan.
- Con agua de rosas.

4.3. Alteraciones del sistema nervioso

Según información de José Barquilla, cuando los niños están intranquilos, bien *"porque loh haiga cogío la luna o pol otrah cosíllah, como la dentaúra, los doloreh de barriga"* se pueden hacer varios remedios:

- Conviene bañar a los niños antes de acostarlos, porque existe la creencia popular de que el agua debilita y agota a las personas; así, el sueño aparece antes.
- Si las molestias proceden del aparato digestivo, la mejor solución es darles anís en grano cocido con un poquito de azúcar.
- Un remedio semejante a éste se hace con *"un poquínu de infusión de manzanilla, cuando la plorijera viene del ehtómago o desarregloh en loh ihtantinos"*.

5. Para colmar dolores y molestias en general

5.1. Dolor de muelas

Se coge un manojo de perejil, se pone bien caliente con un poquito de sal debajo del oído, junto al dolor de la muela. Y en el hueco de la muela se ponen unas hilas de algodón empapado de anís. De la misma forma, el anís puede utilizarse haciendo "bochinches" en el hueco de la muela dolorida.

5.2. Dolor de cabeza

Se utilizan plantas calmantes en infusión, como el Tilo Común ("tilax vulgaris"), la Melisa o Toronjil ("melissa officinalid") y la Malva ("malva silvestris"). Las personas que padecen fuertes dolores de cabeza deben utilizar *"un gorro de lana, que hace que vibre la oreja y la*

mete en calol”, según tío José.

Hay una copla muy curiosa, a propósito del dolor de cabeza, que canta así Marcelino Barrado:

> *“Si te duele la cabeza,*
> *acércate a mi cintura.*
> *Yo traigo la hierbabuena*
> *que todos los males cura”.*

Es tan ambigua la copla como la explicación que da de ella el señor Marcelino: *“Esa yerbabuena no eh la de comel; eh una que tiene la forma de un matranzo y no se cría en toh loh sitioh. Y eh buena hata pa lah pulgah, porque huyen de ella máh qu´el demonio”*.

5.3. Dolores reumáticos

Tenemos algunas hierbas de excelente poder analgésico:

- *Romero:* (“rosmarinus officinales”), tomado en infusión o bañándose la parte dolorida con esa infusión.
- *Beleño:* (“hyoscyamus niger”), mezclado con AMAPOLA (“papaver rhoeas”), tomado en pequeñas dosis o *“en cataplahma en el sitiu dolorio. Y, si puiera sel, bañoh de pie to lo caliente que se puiera resehtil. Y hay que arropalse pa vel si se acarrea suol. Ehto se hace al tiempu de ilse a acohtal”,*según explicación de José Barquilla.

6. Para las enfermedades propias de la mujer

6.1. Menstruación

“Pa esu eh mu buena la yerbabuena y el perejil, que evacua muchu esu, tomao cuando llega el punto y se retrasa”. José Barquilla piensa que es muy aconsejable introducirse perejil por la vagina, o tomar perejil por vía oral. También se puede tomar hinojo, manzanilla y marrubio.

6.2. Abortos

Hay muchas plantas abortivas, como las hojas de berza, el cornezuelo de centeno, la maya (“bellis perennis”), la ruda (“ruta graveolens”), sabina y tizón (“grano negro que sale en las espigas de trigo y cebada”). José Barquilla, a quien se debe esta información, aconseja el uso de estas hierbas sólo hasta la quinta o sexta semana de gestación; después son peligrosas.

6.3. Parto y posparto

Se dice que una mujer, cuando espera un hijo, está “embarazá,”, “embrazá”, “encinta”, “preñá” o que “ha cogío vientre”. Una vez llegado el momento del parto, la mujer se pone “de mala manera”; es muy bueno que coma col cocida con miel cuando está cercana la hora del parto. Al tener el hijo, la mujer “se desenrea”. En este tiempo se recomienda que tome reconstituyentes naturales, como la infusión de hinojo, que aumenta la secreción de leche en las madres lactantes. También puede tomar zanahorias.

Cuando el embarazo deja manchas en la cara se utilizan algunos remedios naturales para limpiarlas:

- *Flor de lirio.*
- *Agua de rosas:* se echan pétalos de rosa en un recipiente que contenga dos litros de agua hirviendo, se tapa y eso, según José Barquilla, *“atrahmina aluego al olol de rosas”*, es decir, huele muy bien.
- *Rosas de Santa María:* que suavizan el rostro y “atrahminan”.
- *Rosas silvestres:* que se crían en las paredes viejas.
- *Zumo de limón*.

7. El vino, el aceite y la miel en los remedios caseros.

Ya se ha visto cómo, en muchas ocasiones, estos tres productos intervienen como elementos básicos en determinados remedios caseros, por sus virtudes terapéuticas, de ahí la decisión de incluirlos en un grupo aparte para señalar algunos ejemplos más.

7.1. El vino.

Es un elemento de carácter folklórico en la tradición occidental. Forma parte de muchos remedios caseros, por sus propiedades curativas:

- El vino mezclado con romero en una proporción de medie litro de vino y medio de infusión de romero es un buen reconstituyente del apetito. Hay que esperar que pasen nueve días y, cuando se *"haiga tomao y reposao la suhtancia, eh mu aperitiva pa entral en ganah de comel"*[18].
- El vinagre de vino mezclado con romero evita la calvicie.
- Para estimular el apetito conviene tomar un vaso de vino antes de comer.

Cuando el vino se bebe en exceso sobreviene la típica borrachera, que en Madroñera se designa con nombres como,"mohca", "pea", "peo inerte", "tranca", "bendo", "cogorza"; emborracharse es "enmohcalse" o "ponelse caliente". Hay varios remedios para controlar las borracheras:

- Beber un vaso de leche.
- Mojar la cabeza del borracho con agua fría.
- Darle amoniaco para que lo huela.

El vino alegra la vida y hace rejuvenecer. Pero lo más importante es que cura todos los males[19] y da alegría[20].

7.2. El aceite

- Tomar una cucharada de aceite de oliva en ayudas es muy aconsejable para combatir el estreñimiento.
- Para los niños estreñidos se coge una hoja de geranio, se unta el tallo con aceite y se introduce en el orificio anal. El efecto es inmediato.
- Los mismos efectos surten las cerillas untadas en aceite.
- Contra la diarrea es muy buena la yema de huevo batida con aceite: *"el efecto es contrario al del aceite en ayunas"*, según José Barquilla.

7.3. La miel

Ha ocupado siempre un puesto Privilegiado en la medicina popular, hasta el momento en que fue sustituida por el azúcar[21]. Forma parte de muchísimos remedios caseros, entre los cuales se encuentran los siguientes:

- La miel es muy recomendable para curar los males del estómago.
- Tomada en ayunas, según información de José Barquilla, *"hace cambial el paladal y quita el mal aliento"*.
- Para la gripe, se mezcla con leche caliente y se toma antes de dormir, por la noche.
- Para las llagas de la boca es muy eficaz la miel, mezclada con un poco de alcohol.
- La miel cocida con vino y tomada la mezcla bien caliente es excelente para curar el catarro.

IV. REMEDIOS CASEROS DE BASE MÍTICA O MÁGICA.

Muchas veces, la medicina popular se apoya sobre la base de un elemento de carácter mítico o simbólico, íntimamente relacionado con las creencias de la sociedad en que surge. En estos casos hay que contar con circunstancias meteorológicas concretas, como los cambios de estación y el clima, o con la posición de la luna y los astros como agentes directos de ciertos males.

Los remedios utilizados para combatir estos males y otros no se basan en la fabricación o elaboración de sustancias naturales, como las infusiones de hierbas. En ellos, la superstición y las creencias mágicas son los ingredientes básicos, unidos a una serie de elementos distintos, algunos de carácter folklórico: los números nones, determinados días de la semana, o amuletos relacionados con la fe religiosa, como se verá a continuación.

1. Remedios contra las afecciones cutáneas

Hace muchos años en Madroñera, según información de José Barquilla, se utilizaban dos remedios para curar la piel irritada de los niños:

> *"Antiguamente, cuando mih muchachah se criaban, y cuando me criaba yo, tenían lah mujereh la cruz de alcaravaca, se la ponían al cuello a*

> *loh niñoh y dormían con ella. Y tenían tamién pa lah ehcociurah de loh niñoh y pa que no loh cogiera la luna con lah pierninah coloraínah y tan eso que se pone casi ericentao, un alfilitero (andi se entran lah abujah) con azogue. Y tenía la gente la manía de que cuando loh niñoh se ehcocían mucho loh había cogío la luna. Loh ponían esoh remedioh y era como una supertición"*.

Cuando las infecciones que se producen en la piel presentan heridas se aplica otro remedio muy sencillo: la bilis de curato, animal que es una especie de gusano, de color negro, con unas manchas rojas en la parte superior de su cuerpo. El remedio lo explica así Marcelino Barrado:

> *"Una paisana tenía una nacencia en un deo. La di un remedio que hay que hacehle en su tiempo, no siempre. Y eso se hace porque hay un animal, que se llama curato, que tiene una bile muy fuerte, y no se cría máh que en la primavera. Se echa la bile en la nacencia y desaparece. Yo lo probé en loh animaleh: yo tenía un burro que le salió una nacencia y, siendo hembra, hubiera sío mu malo, porque en lah hembrah se reproduce"*.

También conoce Marcelino Barrado una solución muy eficaz para curar las erupciones. El elemento básico de este remedio es el rocío:

> *"A un niño le saltan unah irucioneh y no se le quitaban con lah medecinah de la botica. Yo le di un remedio (el clima hace mucho): hay que cogel a ehte niño y llevahle a la cerca; quedahle en cueros y revolcahle bien en el rocío; se necesita lleval una manta pa que, cuando se revuelque, se enjugue. Poco a poco va desarareciendo la irución"*[22].

2. Remedios contra las tercianas o cuartanas

José Barquilla recomienda un curioso método para combatir las tercianas:

> *"Yo, cuando tenía 19 añoh, me entró el paludihmo. Y entonceh había tamién tercianah (un día te daba fiebre y otro no) y había cuartanah (ehtabah doh díah sin fiebre y al tercel día, ¡te daban unah calenturah…!). Tomé to lo que había en la botica -entonceh no conocía yo remedioh caseroh-. Un día mi madre masando (velehí lo que son lah cosah de lah viejah, entonceh había que masal) habló con una mujel: "Tengo priesa, porque hoy a mi chiquitu le toca la calentura, que hadi onci mesih que tiene cuartanah". La mujel la dio un remedio y aquella noche mi madre, cuando venía con lah aguaeráh de pan, me dijo el re medio, lo hicimoh y la primera me dio mah chica, la segunda, un poco dehtemplao, la tercera, desapareció y no he vuelto a sentilmi. La dijo la mujel a mi madri: -"A vel si tieneh una cajita reonda de metal; vah a cogel un "lacrán" vivo, lo meteh en la caja, lo forrah con un trapito bien cosio y esa caja, con una cinta o ataero, la tieni que tenel consigo tu chiquitu de nochi y de día". Y lo hicee. Me la puse y por la noche sonaba así ehcarabajeal. Yo no me acuerdo si la tuvi que tenel 29 ó 30 díah. A la hora que lo tuvi ahí, poh en la primera calentura ya el lacrán se iba muriendo; a la segunda ya se meneaba mu poco; y a la tercera, a loh siete díah, ya se murió el lacrán y el paludihmo…"*.

Por su parte, Marcelino Barrado conoce otro remedio distinto:

> *"Había otrah veceh unah tercianah muy considerableh, que no se curaban con ná de lah boticas. De ma que, un niño de loh míoh, que ya le empezaban a sel cuartanah, ehtaba en el horno de su agüela, y le mandaron il d'encá mi suegra a mi casa corriendo en medio de la lluvia y la tormenta: con el agua de la tormenta se cogió una cala y le desaparecieron lah fiebreh"*.

3. Para mantener sana la dentadura

Marcelino Barrado, a sus 5 años, había conseguido mantener sana su dentadura poniendo en práctica un sencillo remedio:

> *"Se da el caso de que hay quien eh muy cahtigado con la dentaúra o quien no padece, porque yo, sin sel cahtigado, lo hice, y hahta hace doh añoh, he tenlo mi dentaúra completa. Se da el caso de que tié que sel un luneh: cortarse lah uñah de la mano derecha y lah del pie izquierdo; al luneh siguiente, lah de la mano izquierda y lah del pie derecho (que cruce). Y tiene que hacelse treh veceh seguidah, y luego una veh al meh. Tié que sel loh luneh"*.

4. Para los reumas.

Utilizando como base el agua de las tormentas, Marcelino Barrado aplica el siguiente remedio para curar el reuma:

> *"Eh una cosa de cogel una "cofaina" y llenarla de agua de lluvia y tormenta, que tién "trecidá.". Se echa solbre el sitio donde haiga un dolol de reúma y asín se va quitando el reúma"*.

A veces, en un mismo remedio se encuentran elementos simbólicos y naturales. Esto ocurre en el siguiente caso, que es un remedio muy bueno para combatir la tenia o solitarias

> *"El ajo crudo eh muy bueno para lah lumbriceh y para la tenia, bien molío, y tomao con leche, mata a la tenia que ahtá metía en toh loh ihtantinoh. Yo la tuve* -explica José Barquilla- *cuando era muchacho: me picaba asín el posaero y ehtaba, ¿sabeh?, dehcoloriu; no tenía ganah de comel y el médicu me diju que tenía lumbriceh, que tenía que tenel la solitaria. Y empezamoh a hadel remedíoh, y la ehpursé con un remedio casero. Me acuerdo bien del remedio. Mi padrinu era lagarero (vivía en un*

> *lagal de la sierra) y me dijo que la raíz de granao acéu tomá en ayunah eh mu buena. Pero, al fin y al cabo, la eché con otra cosa: la dijeron a mí madri que me tomara en ayunah leche con hollín. Se lo echa por la noche en remojo; se echa el hollín en una tacina y se calienta una poca de leche, se la deja to la noche en infusión. Me la tomaba colá, porque el hollín ehtaba mu malo y mu margo. No me acuerdo si fueron 3, 7 ó 9 lah mañanah que me lo tomé. Lo que sí recuerdo eh que mi madre decía:-"Mira a vel, cuando rijah el vientre, si echah la cabeza": De manera que vi que echaba cachoh como unah lumbriceh bien anchah. Cuando me se quitó del to, me entraron máh ganah de comel, "eché la ruiaera". El micobrio de la tenia, al comel sólo leche con hollín, se murió*".

V. TORCEDURAS Y PRÁCTICAS MASAJÍSTICAS.

En este grupo se describen formas de curar torceduras de tobillos, tirones musculares, lesiones en los tendones, ligamentos, etc. En general, el remedio puede experimentarse primero en los animales, y de ahí se aplica después al ser humano. A veces, surge como una pequeña "aventura", ante un caso de urgente necesidad. Se han recogido dos testimonios ilustrativos:

El primero lo refería Guadalupe Fernández, que tiene fama de buena curandera:

> *"Yo ehtaba en la mahá, y el primeru que curé fue un mozu que fue y, en una siega, fue a aral. Y le diji:*
>
> *– Buenu, ¿y cómu ehtáh aquí anandu si eh tiempu de siega?*
>
> *– Poh mirihté, tengu ehta manu que no sé lo que me pasará en ella.*
>
> *– A vel, trai que yo te la vea.*
>
> *Poh se la cogí y se la curé. Y aluegu ya curé mucha genti en Garciaz y*

> *aquí en el pueblu tamién. Pero velehí yo sin andal a lau ningunú ni na, mahque esa gracia que Dioh m'a dau y ya ehtá. Y yo lo notus si eh rotu, u eh cahcau, u eh carni dehpegá, u son tendonih u eh ehchangau, fuera de su sitiu loh güesoh. Lo rotu y esu ya no. Leh doy masahih y lo vendu con tela, y loh pongu un poquitu de sal y vinagri, y un poquinu de aceiti. Esa "gracia" la noté a loh 40 añoh en Garcías (Garciaz)"*.

El segundo testimonio se debe a José Barquilla. Dice así:

> *"No hay yerbah pa dihlocacioneh de tendoneh. Yo curo ehto hace años; empecé por cural loh animaleh: ca veh que curaba alguno, veía cómo sanaban y comprendí que yo tamién poía cural. Y empecé dende que era joven, dende dihpuéh de casalme, de 26 o 28 añoh. El daño eh de curandería, no de yerbah: lah yerbah no puén cural, porque, si ehtá torcío, lah yerbah no lo dehtuercen, como no te den unoh masaheh pa que vuelva a su sitio lo que ehtá dihlocao. Con lah yemah de loh deos sabemoh onde ehtá el daño: al refalal (resbalar) lah yemah indican ónde ehtá el daño y cómo eh"*.

BIBLIOGRAFÍA:

- AA.VV.: *Diccionario Enciclopédico INFORMATOR -9*. Madrid, EDAF Ediciones S.A., 1976, t. V.
- AA.VV.: *Diccionario Enciclopédico Salvat Universal*. Barcelona: Salvat Editores S.A., 1981, t. XIV.
- AA.VV.: "*Diccionario monográfico del reino vegetal"*. Barcelona: Vox, 1980.
- ALBORG, José Luis: *"Historia de la Literatura Española"*. Madrid: Credos, 1972, t. I.
- ALONSO, Dámaso, "El saúco entre Galicia y Asturias. (Nombre y superstición)", RDTP, T. II (1946), (p. 3-32).
- CORTÉS VÁZQUEZ, Luis, "Medicina popular riberana y dos conjuros de San Martín de Castañeda", en: R.D.T.P., t. VIII (1952), pp. 526-537.

- CURIEL MERCHÁN, Marciano: *"Cuentos Extremeños"*. Madrid: CSIC, 1944.
- FONT QUER, Pío: *"Plantas medicinales"*. Barcelona: Labor, 1985.
    - *"Diccionario de botánica"*. Barcelona: Labor, 1982.
- GÁLVEZ ORTUÑO, Genoveva, "Nombres del espliego", *R.D.T.P.*, t. VIII (1952), pp. 144-147.
- LIS QUIBEN, Víctor, "Cancionero médico de Galicia", en: *R.D.T.P.*, t. XX (1964), pp. 203-227 y p. 333.
- LIS QUIBEN, Víctor, "Medicina popular gallega", *R.D.T.P.*, t. I (1944-1945) pp. 253-331 y pp. 694-722; y t. IV (1949), pp. 309-349 y pp. 471-506.
- MADUEÑO BOX, Manuel, Cultivo de plantas medicinales, Madrid, Publicaciones de Extensión Agraria, 1973.
- PÉREZ VIDAL,José, "De la medicina galénica a la medicina popular", en: *R.D.T.P.*, t. XXXV (1979-80), pp. 113-133.
- PHILLIPS, Roger: *"Flores silvestres"*. Barcelona: Editorial Blume, 1986.
- POLETTI, Aldo: *"Hierbas y plantas medicinales"*. Barcelona: Parramón Ediciones, 1980.
- TABOADA, Jesús, "La medicina popular en el Valle de Monterrey (Orense)", en: *R.D.T.P.*, t. III (1947-48), pp. 31-57.
- VIUDAS CAMARASA, Antonio: "Diccionario Extremeño", en: Anejo nún. 1 del *Anuario de Estudios Filológicos de la Universidad de Extremadura*. Cáceres, 1980.
- ZAMORA VIGENTE, Alonso: *"Dialectología Española"*. Madrid: Gredos, 1979.
    - El habla de Mérida y sus cercanías, en: *Anejo XXIX de la Revista de Filología Española*. Madrid, 1943.

DOCUMENTOS

- *Libro de becerro* de la Iglesia Parroquial de la Purísima Concepción de Madroñera.

NOTAS:

[1] *"Pudiéramos establecer aquí una clasificación racional que dividiese la terapéutica popular en empírica, nosomántica y religiosa; pero discriminar los campos es tarea ardua. Remedios hay en que se mezclan religión y magia, como lo empírico se apareja con*

cualquiera de los otros dos". TABOADA, Jesús: "La medicina popular en el Valle de Monterrey (Orense)", HDTP, T. III (1947-48), p. 31.

[2] Los informantes, encuestados en Madroñera entre los días 22 de diciembre de 1986 y 11 de enero de 1987, fueron los siguientes: -José Barquilla, agricultor de 86 años, natural y vecino de Madroñera. Sabe leer y escribe con buena ortografía. Ha viajado por diversas ciudades españolas, como Cáceres, Badajoz, Madrid, Barcelona, Ávila, Navarra, San Sebastián, Granada, y, en más de una ocasión, ha atravesado las fronteras del país: norte de África y la ciudad francesa de Toulouse. -Marcelino Barrado, agricultor y ganadero jubilado de 94 a años. Lee y escribe. Es natural y vecino de Madroñera y ha viajado con frecuencia por diferentes puntos de la geografía española: Madrid, Badajoz, Sevilla – Guadalupe Fernández, ama de casa, de 72 años, natural y vecina de Madroñera. Ha vivido gran parte de su vida en el campo, es semianalfabeta y sus viajes se reducen a salidas esporádicas a la capital de la provincia por motivos de salud. También ofrecieron algunas informaciones otras dos mujeres: Josefa Miguel, de 74 años y Catalina González, de 67 años, ambas naturales y vecinas de Madroñera, amas de casa y semianalfabetos.

[3] Para la transcripción del fonema aspirado de la "s" implosiva se siguen las normas fonéticas establecidas por Antonio Viudas Camarasa (Diccionario Extremeño. Anejo núm. 1 del Anuario de Estudios Filológicos de la Universidad de Extremadura, Cáceres, 1980. P. XXIII-XXVII), teniendo en cuenta una peculiaridad del habla de Madroñera: la "s" implosiva en final de frase, antes de pausa o en posición final absoluta no se aspira. Las mismas normas se siguen en la transcripción de la "h" inicial aspirada procedente de "f" inicial latina.

[4] AA.VV.: *"Diccionario Enciclopédico Salvat Universal"*. Barcelona: Salvat Editores S.A., 1981, t. XIV, p. 117.

[5] AA.VV.: *"Diccionario Enciclopédico Informador"*. Madrid: EDAF Ediciones S.A., 1976, t. V, p. 2.246.

[6] TABOADA, Jesús: "La medicina popular en el Valle de Monterrey (Orense)", en: *R.D.T.P.* t. III (1947-48), p. 31.

[7] PÉREZ VIDAL, José: "De la medicina galénica a la medicina popular", en: *R.D.T.P.*, t. XXXV

(1979-80), p. 116).

[8] Don Ramón Menéndez Pidal, en una obra titulada “Caracteres primordiales de la literatura española” (obra citada por José Luis Alborg en la pág. 15 del tomo I de la “Historia de la Literatura Española”) habla de “la enorme coacción que sobre el individuo ejercen las ideas y sentimientos de sus coetáneos, y más aún de sus antepasados”.

[9] *“… estos medicamentos han adquirido carácter popular; el pueblo tiene, fe en ellos, y asimismo, sin necesidad de médico ni de receta, los recomienda y adquiere. Daño, desde luego, no hacen…”*. PÉREZ VIDAL, José: Art. cit., p. 122.

[10] MENÉNDEZ PIDAL, Ramón: Op. cit. (Alborg, p. 15).

[11] Puede verse un resumen conciso de la historia de la medicina popular en la página 120 del ya citado *Diccionario Enciclopédico Salvat Universal*. Barcelona: Salvat Editores S.A., 1931, t. XIV. Asimismo, se encuentran algunas notas sobre la evolución de estas prácticas en el artículo citado de José Pérez Vidal “De la medicina galénica a la medicina popular”, en: *R.D.T.P.*, Tomo XXXV, (1979-80), pp. 113-133.

[12] Para confirmar la veracidad de las informaciones obtenidas por encuesta sobre la utilidad de las plantas medicinales se han consultado varias obras: MADUEÑO BOX, Manuel: *“Cultivo de plantas medicinales”*. Madrid: Publicaciones de Extensión Agraria, 1973. El autor de esta obra habla de las plantas medicinales y su cultivo centrándose en veinte puntos concretos: familia botánica; nombre científico; etimología; nombres vulgares en español, francés, inglés, alemán e italiano; partes de la planta utilizadas; descripción de la planta; suelo y clima adecua dos; medios de reproducción; época de siembra y plantación; cantidad de semilla o planta por área; labores preparatorias; abonado; cuidados culturales; recolección; desecación y almacenado; rendimiento; cuidados posteriores; composición; riqueza y principios activos; aplicación. PHILIPS, Roger: *“Flores silvestres”*. Barcelona: Editorial Blume, 1986. El objetivo de esta obra -cuyo autor es un fotógrafo profesional- se centra en crear un sistema de identificación visual para clasificar las flores silvestres. POLETTI, Aldo: *“Hierbas y plantas medicinales”*. Barcelona: Parramón Ediciones, 1980. FONT QUER, Pío: *“Plantas medicinales”*. Barcelona: Labor, S.A., 1985.

[13] El madroño es un arbusto ericáceo de fruto esférico, comestible, de color rojo. El sentir popular explica la etimología del topónimo Madroñera por la abundancia de madroños que hay en sus campos.

[14] De los nombres del saúco habla Dámaso Alonso en un artículo titulado “El saúco entre Galicia y Asturias. (Nombre y superstición)”, en: *R.D.T.P.*, t. 11 (1946), pp. 3-32.

[15] Vid. MADUEÑO BOX, Manuel: Op. cit., p. 162.

[16] Vid. CURIEL MERCHÁN, Marciano: *“Cuentos Extremeños”*. Madrid: C.S.I.C., 1944. El cuento se titula “El escrupuloso”, pp. 328-329, y uno de sus motivos es, precisamente, el trozo de tocino rancio que es arrebatado por un mozo hambriento en una posada, para comérselo con gran apetito, sin saber que ese tocino era utilizado por la vieja para curar sus almorranas.

[17] El jabón casero es un producto fabricado con aceites usados, sosa cáustica y, a veces, con un poco de detergente biodegradable añadido a la mezcla anterior para que, al ser utilizado el jabón, haga espuma. Esta no es la única fórmula para la fabricación del jabón casero: en un viejo recetario de cocina, escrito por un antepasado familiar a mano, se encuentra otra fórmula, con *«un cuarto de kilo de sal; un litro de aceite y una cucharada de harina disuelta en el aceite; litro y medio de agua. La sosa se disuelve en el agua y después se junta despacio, moviéndolo todo durante un cuarto de hora»*. La fórmula lleva por título *«Para hacer jabón en frío»*.

[18] *«La acción tópica del vino está indicada en cualquier clase de llagas, siendo frecuente su empleo Previa cocción con romero. El vino para cauterio y heridas tiene antigua tradición»*.Vid. TABOADA, Jesús: «Art. cit.», pp. 36-37.

[19] Ibídem, pp 35-36. *«El vino tiene excelentes propiedades terapéuticas, ya administrado por vía oral, ya en aplicación tópica, por vía oral tiene un valor reconstituyente y vigorizador de primer grado. Con ciertos aditamentos de hierbas, Elena, la hija de Zeus, logró alejar recuerdos y tristezas del corazón de Telémaco. Hipócrates dice que: un poco de vino puro apacigua el hambre de un enfermo».*

[20] *«El vino templado con agua da fuerza al corazón, color al rostro, quita la melancolía, alivia el camino, da coraje al más cobarde, templa el hígado y hace olvidar todos los pesares»*. Vid. ESPINES, Vicente: *"Vida del escudero Marcos de Obregón"*. (Descanso IX, en Ángel Valbuena Prat: *"La novela picaresca española"*. Madrid: Aguilar, 1957, p. 957.

[21] *«El azúcar se incorporó a la materia médica, y en ella inició el proceso de su rápida fama; a través del tiempo iba a ser apreciada no sólo por sus propias virtudes, sino por otras -como la de curar las nubes de los ojos- heredadas de la miel, a la que poco a poco irá desplazando»*. Vid. PÉREZ VIDAL, José: Art. cit., p. 115.

[22] Para curar los herpes, *"en Saucelle… el día de San Juan por la mañana hay que ir a un valle y revolcarse, pero como su madre le parió, en cueros, antes de salir el sol. Darse unas vueltas en el suelo»*. Vid: CORTÉS VÁZQUEZ, Luis: «Art. cit., p. 530.p. 530.